Piątka z psychologii czyli jak nas kontrolują

Świat to zagmatwane miejsce. Ludzie robią rzeczy, które nie mają żadnego sensu, myślą o rzeczach, które nie są poparte faktami, znoszą rzeczy, których nie muszą znosić, i zaciekle atakują tych, którzy próbują zwrócić im na to uwagę.

Pięć eksperymentów psychologicznych, które wyjaśniają współczesny świat

Świat to zagmatwane miejsce. Ludzie robią rzeczy, które nie mają żadnego sensu, myślą o rzeczach, które nie są poparte faktami, znoszą rzeczy, których nie muszą znosić, i zaciekle atakują tych, którzy próbują zwrócić im na to uwagę.

Jeśli kiedykolwiek zastanawiałeś się dlaczego, to trafiłeś we właściwe miejsce.

Każdy przypadkowy czytelnik alternatywnych mediów w końcu znajdzie odniesienia do Stanleya Milgrama lub Philipa Zimbardo, „eksperymentu Ascha”, a może wszystkich trzech.

„Dysonans poznawczy”, „rozproszenie odpowiedzialności” i „wyuczona bezradność” to zwroty, które przewijają się regularnie, ale skąd się biorą i co oznaczają?

Cóż, oto ważne eksperymenty psychospołeczne, które uczą nas,

jak ludzie myślą, ale co więcej, faktycznie wyjaśniają, jak działa nasz współczesny świat i jak wpadliśmy w ten bałagan.

1. Eksperyment Milgrama

Eksperyment: Zacznijmy od najbardziej znanego. Począwszy od 1963 roku, psycholog z Yale, Stanley Milgram, przeprowadził serię eksperymentów, które obecnie określa się jako Milgram Obedience Experiments.

Warunki są proste, Badany A ma przeprowadzić test pamięci na Badanym B i zaaplikować porażenie prądem, gdy popełni błąd. Oczywiście Badany B nie istnieje, a wstrząsy elektryczne nie są prawdziwe. Zamiast tego aktorzy płaczą, proszą o pomoc lub udają, że są nieprzytomni, podczas gdy Badany A jest zachęcany do dalszego stosowania wstrząsów.

Zdecydowana większość badanych kontynuowała test i aplikowała wstrząsy, pomimo cierpienia „Badanego B".

Wniosek: W swoim artykule na temat tego eksperymentu Stanley Milgram ukuł termin „rozproszenie odpowiedzialności", opisując proces psychologiczny, dzięki któremu osoba może usprawiedliwić lub uzasadniać wyrządzenie komuś krzywdy, jeśli uważa, że to nie jest jego wina, nie będzie pociągnięty do odpowiedzialności lub nie ma wyboru.

Zastosowanie: Niemal dosłownie nieskończone. Wszystkie instytucje mogą wykorzystać to zjawisko do wywierania nacisku na ludzi, aby działali wbrew ich własnemu kodeksowi moralnemu. Wojsko, policja, personel szpitalny – wszędzie tam, gdzie istnieje hierarchia lub wyraźny autorytet, ludzie padną ofiarą rozproszenia własnej odpowiedzialności.

Adnotacja: Nakręcono całkiem przyzwoity film o Milgramie i reakcjach, jakie wywołały jego doświadczenia, pod tytułem Experimenter. W ostatnich latach nastąpił jednak poważny odwrót od tego eksperymentu, artykuły w mediach

głównego nurtu atakują odkrycia i metodologię, a nowi „badacze” twierdzą, że *„one nie dowodzą tego, co podejrzewasz”*.

2. Stanfordzki eksperyment więzienny

Eksperyment: Tylko nieco mniej znany niż praca Milgrama jest eksperyment więzienny Philipa Zimbardo, przeprowadzony na Uniwersytecie Stanforda w 1971 roku. Eksperyment ustanawiał na tydzień pozorowane więzienie, z jedną grupą badanych oznaczonych „strażnikami”, a drugą „więźniami”.

Obie strony otrzymały uniformy, a więźniowie dodatkowo numery. Strażnikom nakazano zwracać się do więźniów wyłącznie po numerze, a nie nazwisku.

Istniało wiele innych zasad i procedur, które szczegółowo opisano tutaj.

Krótko mówiąc, w ciągu tygodnia strażnicy stawali się coraz bardziej sadystyczni, wymierzając kary nieposłusznym więźniom i nagradzając „dobrych więźniów”, aby spróbować ich podzielić. Wielu więźniów po prostu zaakceptowało nadużycia i rozpoczęły się bójki między „kłopotliwymi” a „dobrymi więźniami”.

Chociaż technicznie nie jest to „eksperyment” w najczystszym tego słowa znaczeniu (nie było hipotezy do przetestowania ani grupy kontrolnej) i być może pod wpływem „pożądanej charakterystyki”, to jednak doświadczenie ujawnia interesujące wzorce zachowań u badanych.

Wniosek: strażnicy więzienni stali się sadystami. Więźniowie stali się posłuszni. Wszystko to pomimo braku łamania prawdziwych praw, rzeczywistej legalnej władzy i rzeczywistego wymogu przebywania. Jeśli dasz ludziom władzę i odczłowieczysz tych, którzy im podlegają, to staną się sadystami. Jeśli

umieścisz ludzi w więzieniu, będą zachowywać się tak, jakby byli w więzieniu.

Krótko mówiąc, ludzie będą zachowywać się tak, jak są traktowani.

Zastosowanie: Znowu bez ograniczeń. Widzieliśmy to przy okazji Covid, jeśli zaczynasz traktować ludzi w określony sposób, większość się z tym zgadza i obwinia mniejszość, która odmawia współpracy. Tymczasem siły policyjne na całym świecie nagle otrzymały nowe uprawnienia i natychmiast ich nadużyły, ponieważ osoby bez masek i niezaszczepione zostały w ich oczach odczłowieczone. Te reakcje były zaprojektowane, a nie przypadkowe.

3. Eksperyment Asch'a

Eksperyment: Kolejny eksperyment z zakresu dostosowania się, nie tak brutalny jak Milgrama czy Zimbardo, ale być może bardziej niepokojący w swoich odkryciach.

Po raz pierwszy przeprowadzony przez Solomona Ascha w latach 50. Założenia są proste: zestawiasz panel uczestników, gdzie jeden z nich jest prawdziwy i kilku fałszywych.

Badani, jeden po drugim, otrzymują serię pytań wielokrotnego wyboru, na które odpowiedź jest zawsze oczywista, a wszyscy fałszywi uczestnicy *udzielają błędnej odpowiedzi*. Pytanie brzmi, czy prawdziwy badany podtrzyma własną poprawną odpowiedź, czy też zacznie dostosowywać się do grupy.

Wniosek: Podczas gdy większość osób utrzymywała prawidłowe odpowiedzi, „wskaźnik błędu" w grupie eksperymentalnej wyniósł 37% w porównaniu z mniej niż 1% w grupie kontrolnej. Oznacza to, że 36% badanych w końcu zaczęło zmieniać swoje odpowiedzi, aby dostosować się do konsensusu, mimo że wiedzieli, że się mylą.

Około jedna trzecia ludzi albo udaje, że zmienia zdanie w celu dostosowania się, albo, co bardziej niepokojące, faktycznie zmienia swoje przekonania, jeśli znajdzie się w mniejszości.

Zastosowanie: ankiety inscenizowane lub wymyślone, sfałszowane liczenia głosów w wyborach, konta botów w mediach społecznościowych, kampanie astroturfingowe. Nagłówki medialne głoszą, że *„każdy zna X”* lub *„tylko 1% ludzi myśli Y”*.

Istnieje wiele narzędzi, których można użyć, aby stworzyć wrażenie fałszywego „konsensusu”, wytworzonej „większości”.

Adnotacja: Eksperyment został przeprowadzony już milion razy w dziesiątkach odmian, ale być może najciekawszym odkryciem jest to, że umieszczenie w panelu *chociażby jednej osoby, która zgadza się z badanym*, wydawało się zmniejszać dostosowanie o 87%. Generalnie ludzie nienawidzą być samotnym głosem, ale będą tolerować bycie w mniejszości, jeśli mają jakieś wsparcie. Dobrze wiedzieć.

4. Eksperyment dysonansu poznawczego Festingera

Eksperyment: Najmniej znany eksperyment na liście, ale pod pewnymi względami najbardziej fascynujący. W 1954 roku Leon Festinger stworzył eksperyment oceniający zjawisko dysonansu poznawczego. Jego konfiguracja znów była dość prosta.

Podmiot otrzymuje powtarzające się i nudne zadanie fizyczne do wykonania (pierwotnie obracanie drewnianych kołków [pegs], ale inne odmiany wykorzystują inne zadania).

Po zakończeniu zadania badany otrzymuje polecenie przygotowania następnego badanego (faktycznie asystenta laboratorium) do zadania, kłamiąc i mówiąc mu/jej, jak interesujące było to zadanie.

W tym momencie badani są podzieleni na dwie grupy, jedna grupa

otrzymuje 20 dolarów za kłamstwo, druga tylko 1 dolara.

To jest prawdziwy eksperyment.

Wniosek: Po okłamaniu fałszywych badanych i otrzymaniu pieniędzy, prawdziwi badani biorą udział w wywiadzie poeksperymentalnym i rejestrują swoje prawdziwe przemyślenia na temat zadania.

Co ciekawe, opłaceni 20 dolarami generalnie powiedzieli prawdę, że zadanie było dla nich nudne i powtarzalne. Podczas gdy grupa gdzie otrzymywano jednego dolara, najczęściej twierdziła, że autentycznie podobało im się to zadanie.

To jest dysonans poznawczy w działaniu.

Zasadniczo dla grupy za 20 dolarów pieniądze były dobrym powodem, by okłamać partnera w teście i usprawiedliwić własne zachowanie w swojej głowie. Jednak w przypadku grupy za dolara skąpość nagrody sprawiła, że ich nieuczciwość była wewnętrznie nieuzasadniona, więc musieli nieświadomie tworzyć własne usprawiedliwienie, przekonując samych siebie, że w ogóle nie kłamią.

Podsumowując, jeśli zaoferujesz ludziom niewielką nagrodę za zrobienie czegoś, będą udawać, że się z tego cieszą lub będą wymyślać inny sposób, aby usprawiedliwić ten niewielki zysk.

Zastosowanie: Kasyna, gry komputerowe i inne interaktywne media cały czas stosują tę zasadę, oferując graczom bardzo niewiele korzyści, wiedząc, że przekonają się, że czerpią przyjemność z gry. Duże korporacje i pracodawcy mogą również opierać się na tym zjawisku, aby utrzymać niskie płace, wiedząc, że nisko opłacani pracownicy mają mechanizm psychologiczny, który może ich przekonywać, że lubią swoją pracę.

Adnotacja: Odmiana tego eksperymentu wprowadza trzecią grupę, której nie płaci się za kłamstwo. Ta grupa nie jest dotknięta

dysonansem poznawczym i uczciwie ocenia zadanie, tak jak robi to dobrze opłacana grupa.

5. Drabina małp

Eksperyment: Obecnie jest to nieco kontrowersyjny dodatek do listy, ale przejdziemy do tego później. To bardzo znany eksperyment, o którym prawdopodobnie słyszałeś dziesiątki razy.

W latach 60. naukowcy z Harvardu umieścili pięć małp w klatce z drabiną pośrodku. Na szczycie drabiny leży kiść bananów, jednak za każdym razem, gdy małpa próbuje wspiąć się po drabinie, wszystkie są spryskiwane lodowatą wodą. W końcu małpy uczą się unikać drabiny.

Następnie jedna małpa jest usuwana i wprowadzana jest nowa małpa. Naturalnie idzie prosto do drabiny i zostaje zaatakowana przez pozostałe cztery małpy.

Następnie usuwa się drugą małpę i wprowadza się kolejną nową małpę. Naturalnie idzie prosto do drabiny i zostaje napadnięta przez pozostałe cztery małpy… *w tym tę, której nigdy nie spryskano*.

Kontynuuje się zastępowanie po kolei każdej małpy, dopóki nie usunie się małp, które kiedykolwiek zostały spryskane wodą, a jednak wszystkie odmawiają zbliżania się do drabiny i uniemożliwiają wszystkim nowym małpom zrobienie tego samego.

Oczywistym wnioskiem jest to, że ludzie mogą być uwarunkowani do bezmyślnego przestrzegania zasad, których nie rozumieją.

Jedynym problemem jest to, że nic z powyższego nigdy się nie wydarzyło.

Tak, to właśnie ta kontrowersja, o której wspomniałem wcześniej. Pomimo tego, że można to łatwo znaleźć w każdym zakątku Internetu, pomimo objaśniających to artykułów w

czasopismach i opowiadających o tym animacji… to się nigdy nie zdarzyło. Eksperyment wydaje się całkowicie apokryficzny.

Żadnej drabiny, żadnych małp, żadnej zimnej wody.

Więc chociaż ten rzekomy eksperyment tak naprawdę nie uczy nas o mentalności stada, wyjaśnia współczesny świat, ponieważ pokazuje nam, jak łatwo mit można przekuć w rzeczywistość poprzez zwykłe powtarzanie.

BONUS: Drabina małp – reaktywacja

Zgadza się, to nie koniec, jest jeszcze jeden myk.

National Geographic faktycznie odtworzyło eksperyment z fikcyjną drabiną małp, używając ludzi:

Jeden z badanych wchodzi do poczekalni w przychodni wypełnionej fałszywymi pacjentami. Kiedy odzywa się dzwonek, wszyscy fałszywi pacjenci wstają na sekundę, a następnie zajmują miejsca.

Po kilkukrotnym powtórzeniu tego procesu fałszywi pacjenci są powoli usuwani jeden po drugim, aż pozostaje tylko obiekt eksperymentu. Następnie kolejno wprowadzani są drugorzędni prawdziwi uczestnicy.

Eksperyment ma na celu znalezienie odpowiedzi na następujące pytania:

a) Czy oryginalny badany wstanie na dźwięk dzwonka, nie wiedząc dlaczego?

b) Czy będą nadal wstawać, gdy zostaną sami w pokoju?

c) Czy nauczą wtedy tego zachowania nowych uczestników?

Odpowiedź na wszystkie trzy pytania wydaje się brzmieć „tak”.

Zatem, choć znacznie mniej naukowy niż pozostałe cztery

eksperymenty, dołączam to tutaj z bardzo konkretnego powodu. Powyższy film z eksperymentu nie tylko rejestruje zachowanie dostosowawcze, ale opisuje je jako potencjalnie korzystne. Dodanie tego zachowania stadnego ratuje życie na wolności [w środowisku naturalnym] i pokazuje „jak uczymy się socjalizacji”.

Bardzo ciekawe ujęcie, nieprawdaż?

Tak więc, podczas gdy *fałszywy* eksperyment z małpami, który nigdy nie miał miejsca, został wykorzystany do nauczenia nas o niebezpieczeństwach mentalności stadnej, jego nieistnienie w rzeczywistości uczy nas o niebezpieczeństwach konfabulacji ze strony niepierwotnych źródeł i świadomości grupowej.

Tymczasem ten prawdziwy małpi eksperyment jest używany, aby sprzedać nam ideę, że mentalność stada jednak istnieje, ale jest potencjalnie dobrą rzeczą. Sugerując możliwość, że całość została zainscenizowana, po prostu w celu promocji zachowań dostosowawczych.

… Czy świat nie jest dziwnym i zagmatwanym miejscem?

I proszę. Oto pięć z najbardziej istotnych badań psychologicznych, jakie kiedykolwiek przeprowadzono. Miejmy nadzieję, że w przyszłości nikt nie pozostanie w ciemnościach niewiedzy, gdy te koncepcje lub eksperymenty zostaną przywołane.

Ale celem tego artykułu jest nie tylko sprawienie, abyś czytelniku zrozumiał te eksperymenty… ma również na celu przypomnienie ci, że *one mają miejsce*.

Ludzie rządzący, elita, 1%, „Partia”. Ludzie u władzy – nazywaj ich jak chcesz.

Oni znają te eksperymenty. Przestudiowali je. Prawdopodobnie powielali je niezliczoną ilość razy na wielką skalę i w

nieetyczny sposób. Sposób, który z ledwością możemy sobie wyobrazić. Któż to wie, co dzieje się w wilgotnych, ciemnych lochach głębokiego państwa?

Pamiętaj tylko, że oni wiedzą, jak działa ludzki umysł.

- Wiedzą, że mogą zmusić ludzi do zrobienia wszystkiego, jeśli zapewnią ich, że nie będą ponosić odpowiedzialności.

  _

- Wiedzą, że mogą polegać na ludziach, którzy nadużyją dowolnej władzy, którą im dano, **ALBO** którzy wierzą, że są bezsilni, gdy ich traktować w ten sposób.

  _

- Wiedzą, że presja ze strony podobnych zmieni umysły wielu ludzi, nawet w obliczu niezaprzeczalnej rzeczywistości, zwłaszcza jeśli sprawisz, że poczują się całkowicie samotni.

  _

- Wiedzą, że jeśli zaoferujesz ludziom tylko niewielką nagrodę za wykonanie zadania, wymyślą własne psychologiczne uzasadnienie podjęcia go.

  _

- Wiedzą, że ludzie będą bezmyślnie robić to, co robią wszyscy inni, nawet nie pytając o powód.

  _

- I wiedzą, że ludzie z radością uwierzą w coś, co nigdy się nie wydarzyło, jeśli będzie się to powtarzać wystarczająco często.

Oni to wszystko wiedzą. I cały czas korzystają z tej wiedzy – **Cały. Ten. Czas.**

Każda reklama, którą widzisz, każdy przeczytany artykuł, każdy wydany przez nich film, każdy tekst w wiadomościach, każdy „wirusowy” post w mediach społecznościowych, każdy modny hashtag.

Każda wojna. Każda pandemia. Każdy nagłówek.

Wszystko to jest konstruowane z myślą o tych właśnie zasadach, aby wywołać określone reakcje emocjonalne, które sterują twoim zachowaniem i przekonaniami. Tak działają media, nie po to, by cię informować, nie by cię bawić… ale by cię kontrolować.

I doprowadzili to do perfekcji. Zawsze miej to na uwadze.

Źródło